O Temperamento Fleumático
e a alma católica

PE. CHRISTIAN KAPPES

O Temperamento Fleumático[1]
e a alma católica

O grande mistério do temperamento fleumático, eis o que será abordado neste artigo. A palavra "misterioso" pode ser aplicada a esse temperamento porque o fleumático, em geral, tende a ser extremamente reservado a respeito da própria vida interior. Ele não corresponde aos estímulos e aos fenômenos externos que parecem tão naturalmente atrativos aos outros. Talvez por isso o breve, porém clássico, tratado dos temperamentos de Conrado Hock só ofereça uma rápida apresentação das características e tendências que se observam no fleumático.

Características

O fleumático lida com o mundo ao seu redor, em resumo, da seguinte forma: "Quem se importa? Sim, o mundo lá fora pode até parecer interessante, mas eu me encontro seguro e confortável em minha pequena ilha interna."

A alma fleumática é frequentemente vista como preguiçosa, mas essa é uma generalização indevida. Inércia não significa necessariamente preguiça. O mundo intelectual e o imaginário desse temperamento são, na maioria das vezes, simplesmente mais atrativos e menos decepcionantes que o mundo externo decaído, intrusivo e às vezes cruel. A tendência do fleumático é orientar-se de forma consistente e quase que exclusiva

---

[1] **Original: Fr. Christian Kappes. The Phlegmatic Temperament and the Catholic Soul. *The Latin Mass Magazine*, Winter 2007, pp. 12-14. Tradução: Equipe Christo Nihil Praeponere.**

ao que está "dentro", assim como a alma melancólica. A diferença é que, enquanto o melancólico tende a abrigar dentro de si grande parte dos defeitos do mundo (o que o impede de apreciar o bem que existe em sua alma), o fleumático geralmente está distraído demais com as próprias ideias e fantasias internas para se concentrar em quaisquer vícios pessoais. Esses tendem a ser vistos pelo fleumático como uma matéria de pouco interesse e, por isso, não falam à seriedade e à pensatividade típicas do seu temperamento. O melancólico está sempre pensando em soluções para problemas, e é perseguido do princípio ao fim com a dúvida a respeito da própria capacidade de resolvê-las. O fleumático, por outro lado, normalmente possui um sentido aguçado para julgar as próprias ideias, e lamenta a falta de aprovação e respaldo dos outros.

O colérico possui uma tendência natural a dominar o diálogo com o fleumático, que fica desconsolado ao compartilhar algo de seu mundo interno e ser geralmente transportado para o assunto de interesse do colérico.

O sanguíneo geralmente desaponta o fleumático, por sua incapacidade de apreciar a profundez e seriedade do pensamento e das sutis emoções deste temperamento.

O melancólico tende a não apreciar a natureza normalmente abstrata das ideias e pensamentos do fleumático, mas acaba sendo levado pela partilha que ele faz de uma ideia ou de um sentimento pessoal, coisa que pode, por sua vez, levar ao anseio por uma relação emocional e apaixonada. Isso em geral é a receita do desastre, porque a intensidade do melancólico não consegue compreender a distância emocional respeitosa que caracteriza e que demanda o fleumático.

O fleumático pode facilmente ser absorvido pela resolução de um conflito ou de um problema, a ponto de ser qualificado como preguiçoso. A verdade, porém, é que ele se imobiliza pela complexidade (real ou

imaginária) da própria situação, sendo normalmente enganado pela tendência que tem de fugir do ambiente externo a fim de encontrar paz. Não estamos lidando aqui com a importância da contemplação; o ponto aqui é a tendência que o fleumático tem de se distrair com suas fantasias e seu mundo de sonhos e acabar cometendo, com isso, pecados de omissão. É o que essa alma deixa de fazer o que põe em risco a sua salvação eterna. O caminho para a santidade definitivamente não é feito de pensamentos e sonhos abstratos. A cruz do fleumático está justamente na necessidade de escolher "fazer", ao invés de simplesmente "sonhar".

Os fleumáticos tendem a reagir de duas formas às obrigações e aos incômodos. *Primeiro*, desde que não se perturbe seu mundo interior de alheamento e distração, eles cumprirão quaisquer que sejam as obrigações necessárias para evitar situações desagradáveis, que envolvam conflito e interação humana. *Segundo*, como a realidade externa é ou cansativa ou esmagadora, o desgosto e o incômodo que o fleumático sente por cumprir a tarefa que tem em mãos chegam a paralisá-lo (com o que ele ganha o merecido apelido de "preguiçoso"). O que ele precisa, sobretudo, é de abraçar o desgosto da interação humana, e pôr limites estritos à atitude de recolher-se em seu mundo de fantasias, a fim de assistir e consolar as outras pessoas, especialmente na vida familiar, não importando seu sentimento de desconforto e estranheza na hora de fazê-lo. Como um astuto sacerdote amigo meu disse certa vez a um fleumático inveterado: "Seu único caminho para a santidade é fazer constantemente atos de vontade para escolher o que quer que seja inconveniente e desconfortável de fazer."

Como mencionado, o fleumático tem uma fantasia interna incessante de realizar coisas ou atender a desejos para fins particulares, mas parece paralisado na hora de os colocar em prática, porque o esforço exigiria dele um contato "perturbador" com o ambiente alheio a seu mundo interno.

Outra dificuldade é a hipersensibilidade do fleumático; por sua profunda astúcia e reflexividade, ele normalmente passa por uma das seguintes experiências: *primeiro*, por perceber com perspicácia a fragilidade moral humana, ele constantemente cede à tentação de evitar os outros a fim de fugir da exposição a relacionamentos de risco; *segundo*, procurando evitar qualquer experiência com a natureza decaída e manipuladora do homem, o fleumático considera mais seguro permanecer no mundo da mente ao invés de lidar com o ambiente tantas vezes cruel externo a ela; *terceiro*, como o fleumático teme revelar seu verdadeiro "eu", as outras pessoas percebem sua discrição e geralmente reagem a ele com superficialidade — o que só confirma e exacerba a postura do fleumático: "Mundo externo ruim, mundo interno bom".

No casamento, o grande desafio do fleumático está em ser solícito para com o bem moral e temporal do seu cônjuge — corrigindo-lhe qualquer erro na educação dos filhos (seja por negligência ou por excessivo rigor) ou tomando decisões "mais virtuosas" ou "melhores" apesar da oposição e da dificuldade que ele possa encontrar. O pai fleumático deve fazer o esforço de elogiar o bem e a excelência no próprio filho assim que possível — pois até o Criador se dignou exaltar a Criação chamando-lhe boa, e prontamente demonstrou seu grande amor por Nosso Senhor dizendo dele: "Eis o meu Filho amado". Um axioma escolástico afirma que, "conhecendo os outros, conhece-se a si mesmo". Uma criança experimentará a bondade da Criação (necessária para um desenvolvimento adequado) ao ouvir elogios e palavras de encorajamento vindas do coração de seu pai. O fleumático é capaz de reconhecer e concordar com essa verdade — e talvez até pense que a colocou em prática, mas, na verdade, o que ele pensou, ele só o disse a si mesmo, dentro de sua própria mente. Diz nesse sentido Abba Poemen, um dos Padres do Deserto: "Ensina a tua boca a dizer o que trazes no coração".

Os efeitos da diligência mental, virtude do fleumático, devem ser transferidos da mente para a ação prática. Assim, não obstante a tendência do fleumático de "tomar o banco de trás" no veículo da interação humana, ele deve se forçar a assumir o papel de liderança próprio ao seu ofício ou posição (sacerdote, pai, chefe). Na vida diária, isso muitas vezes se traduz em encarar conflitos e outras situações desagradáveis quando necessário, e em se esforçar por dizer o que se percebe como bom, belo e verdadeiro, apesar do incômodo que isso lhe possa gerar.

A disposição da alma fleumática a se perder em distrações geralmente não é mais que uma forma conveniente de não admitir o próprio anseio por uma amizade cristã autêntica. Ainda que esse temperamento pareça ter sido idealizado para a vida solitária e semieremítica, ele considera a amizade com Deus muitas vezes tão enganosa quanto a amizade com os homens. As essências das coisas são normalmente contempladas em abstrato, mas a natureza de uma relação genuína normalmente escapa ao fleumático. Em suas meditações, o mais apropriado é permitir-se afetos, anseios (especialmente por uma amizade íntima) e emoções profundas para com Deus — ao invés de encarcerar ideias e conceitos que normalmente avivariam os sentimentos, orientando-os virtuosamente à união com Nosso Senhor.

Na frase "ama teu próximo como a ti mesmo", o fleumático deve concentrar-se na palavra "próximo". Não obstante o sacrifício que comporte, a caridade significa, para esse temperamento, atividade, não passividade. Saindo da autoabsorção, que é sua principal característica negativa, ele deve começar a empregar um verdadeiro zelo pela salvação e pelo bem do seu próximo. Isso geralmente se faz tornando-se disponível aos outros, ao invés de se esconder por meio de distrações mentais.

Necessidades espirituais

Recomendam-se as obras mais dadas a excitar os sentimentos, ao invés das intelectuais e conceituais. O intelectual fleumático tenderia por temperamento a usar um livro com meditações sobre matérias da *Suma Teológica* ou temas abstratos como *A Nuvem do Não-Saber*. Se já não possuir, no entanto, uma vida regular e mais experimentada de meditação, a alma fleumática deve ler obras que falem da Paixão e Morte de Nosso Senhor, de visitas ao Santíssimo Sacramento, ou ainda de temas como a verdadeira devoção a Maria[2]. Essas são obras afetivas escritas para alargar o "coração", e não exclusivamente a mente, e ajudarão a desenvolver um desejo de amor e afetos íntimos para com Nosso Senhor e Nossa Senhora. Isso significa também que, cada vez mais, o fleumático se sentirá inclinado a pôr em prática esse amor, através de uma ação temporal que envolva as obras de misericórdia corporal e espiritual. Além disso, as vidas dos santos (e, a princípio, de santos homens e mulheres em apostolados ativos) podem inspirar-lhe o desejo de agir. A acídia (que é uma preguiça, um torpor da alma) pode ser um inimigo terrível para o fleumático; contra ela, Santo Afonso recomenda a oração de jaculatórias frequentes como: "Deixai-me antes morrer a abandonar o tempo que tenho à disposição para vos amar (meu próximo) em minha meditação (boas obras) aqui e agora."

Virtudes particularmente necessárias

De longe a mais importante virtude para a alma fleumática é a diligência. Ainda que seja necessário tomar medidas aparentemente extremas, ela precisa se engajar em algum trabalho ativo. Até mesmo os monges do deserto se recusaram a levar uma vida unicamente de contemplação privada, sempre visitando os doentes e se envolvendo em outros trabalhos

---

[2] No original, o autor coloca essas recomendações em maiúsculas, talvez fazendo referências a obras com esses títulos, como as meditações de Santo Afonso sobre a Paixão, seu livro com meditações para visitas ao Santíssimo Sacramento e o "Tratado da Verdadeira Devoção à Santíssima Virgem", de São Luís Maria Grignion de Montfort (n.d.t.).

físicos fora de sua rotina bem estruturada de oração. O fleumático também deve se disciplinar com relação a suas distrações mentais e sua imaginação. Sonhos não são meditação, e leituras obsessivas não são o mesmo que leituras espirituais e buscas acadêmicas exigidas pelo próprio estado de vida. O padre deve se envolver naquelas obras desagradáveis de corrigir os pecadores, visitar os doentes e atender confissões de pessoas difíceis — sejam quais forem o tempo a gastar e a distância a percorrer. Se se trata de um pai, isso significa gastar tempo brincando com os próprios filhos, instruindo-os, encorajando-os e elogiando-os.

A eutrapelia é facilmente vivida pelo fleumático na área da leitura, da escrita e do pensamento — para o mais mundano: televisão, rádio e música. Atividades esportivas (ainda que sejam leves), boas conversas e empreendimentos sociais adequados ao próprio estado de vida, geralmente serão capazes de retirar o fleumático de seu isolamento e desconexão com o mundo. Na verdade, o conceito de "diversão" não é fácil de ser integrado à vida do fleumático.

A oração requerida

A alma fleumática deve priorizar a busca de um equilíbrio entre a vida contemplativa e a ativa; mesmo os padres cartuxos precisam realizar algum trabalho manual em sua solidão. Ao fazer isso, será fácil o caminho do fleumático à santidade, porque sua vida passional é, não raro, muito fraca. Com exceção da vida do religioso solitário, não é possível que simplesmente passemos pelo mundo sem contribuirmos com obras externas e meritórias. O fleumático não tem obrigação alguma de se forçar à loquacidade. No entanto, nós, cristãos, não podemos deixar que nosso próximo sofra ou perca a sua alma, quando há de nossa parte a obrigação, por ofício ou por caridade, de nos envolvermos e tentarmos ser um instrumento de graça ou conversão.

Mais uma vez, o pensamento abstrato e a concentração são naturais para o fleumático médio. O desafio está em conectar a vida passional com os objetos de contemplação. Não pensar meramente sobre a Paixão de Cristo, mas entrar nela com uma imagem, ou expressar com lágrimas seja a própria condição de pecador seja a participação na crucificação através do pecado, são meditações-chave a se fazer. Procurar o sentimento do Divino Amor dentro de si, ou alimentar contra o pecado um ódio ou uma tristeza profunda, são todas respostas passionais que o fleumático faria bem em cultivar. Por fim, a alma fleumática também deve tomar resoluções firmes na meditação. Quando lhe advier a inspiração de fazer alguma boa obra, ou de cuidar de uma alma necessitada sob sua responsabilidade ou à sua vista, ela deve fazer, se necessário, o que pode parecer uma violência contra si mesma, a fim de satisfazer essa inspiração. A vontade deve ser treinada para superar, através de resoluções oportunas, a tendência de se acorrentar as boas intenções e os santos desejos dentro da estrutura mental do que "poderia" ser. O mundo externo deve ser encarado e santificado pelo fleumático, que deve se permitir ser um instrumento ativo da graça divina.

Assim se conclui essa breve abordagem dos quatro temperamentos. Meu objetivo foi apresentar os desafios particulares de cada temperamento, bem como as estratégias espirituais necessárias para se combater seus respectivos exageros e deficiências. Procurei não ser indulgente com nenhum deles: nem com o desejo de ser elogiado do sanguíneo, nem com o de ser honrado do colérico; nem com a tendência do melancólico à autodepreciação, nem com a do fleumático a uma santidade isolada. Minha esperança é de que muitos, mesmo não gostando de ouvir falar de suas fraquezas, comecem o processo de meditação diária por meia-hora, avancem ainda mais e sejam capazes de aplicar o remédio necessário para quaisquer de suas tendências que exijam correção. Se isso for feito, os remédios adequados serão percebidos com maior clareza e a necessidade deles será sentida com mais urgência. Se os padres não gastarem ao menos uma hora

de meditação por dia, e os leigos meia-hora, eu duvido seriamente da possibilidade de que eles adquiram *insights* seja sobre si mesmos, seja sobre as almas de outrem. Essa é apenas uma tentativa contemporânea de resumir o ensinamento dos Doutores da Igreja dentro de textos bem breves sobre cada um dos temperamentos.